



da scoprire

nella Rete di Riserve Val di Cembra-Avisio

Itinerari tematici, laghi, torbiere d'alta quota, rifugi, malghe, castelli,
musei, antiche chiese, mulini, piccoli borghi...
ce n'è per tutti i gusti, basta un pizzico di curiosità

50 idee di visita nel territorio della Rete di Riserve Val di Cembra-Avisio

comuni di Altavalle, Capriana, Segonzano, Valfioriana, Cembra Lisignago, Lona Lases, Albiano



www.reteriservevaldicembra.tn.it

GRUMES (Altavalle)

Visita alla torbiera del Lac del Vedes

In Val di Cembra e sul territorio di Valfloriana si trovano importantissime torbiere d'alta quota. Le torbiere sono ambienti rari e preziosi, di grande interesse naturalistico, antichi laghi di origine glaciale dove, per un processo naturale, si sono accumulati spessi strati di torba prodotta dalle piante acquatiche nel corso dei millenni. Una delle più belle e preziose torbiere del Trentino, arricchita da un percorso di visita con passerelle in legno e pannelli didattici, è quella del Lac del Vedes (Grumes), che si raggiunge in 1:30 di cammino dai Masi di Grumes, parcheggiando in località Pradet.

- *info sul percorso sul sito www.outdooractive.com "Salita alla torbiera del Lac del Vedes"*



SEGNIZANO

Il Castello di Segonzano

Il Castello medievale di Segonzano domina il borgo di Piazza ed è un elemento fondamentale del paesaggio storico della Valle di Cembra. Durante la Battaglia di Segonzano del 1796, il castello fu saccheggiato e incendiato dalle truppe di Napoleone. Il maniero, già gravemente danneggiato, venne quasi demolito dopo l'alluvione del 1882, quando diverse famiglie del luogo ne utilizzarono le pietre per ricostruire le proprie abitazioni. Deve la sua fama ai celebri acquarelli di Albrecht Dürer che lo dipinse nel 1494.

- *è possibile parcheggiare lungo la SS 612 all'altezza del paese di Piazza, entrare in paese e raggiungere il castello in pochi minuti di cammino*



CAPRIANA

Il Mulino della Beata Meneghina

A Capriana, in luogo molto suggestivo, sorge il vecchio mulino dove visse e morì Maria Domenica Lazzeri (1815-1848). L'edificio è stato interamente restaurato con il posizionamento di nuove macchine molitorie, ricostruite da un esperto artigiano della valle. Questo luogo ci mostra l'ambiente di lavoro di un piccolo opificio popolare e ricorda, con una interessante raccolta di cimeli di devozione popolare, la misteriosa vicenda della «Meneghina», la giovane mistica che, con le sue sofferenze e la sua devozione esemplare, divenne un caso miracolistico di rilevanza europea.

- *si può parcheggiare a Capriana in Via di Vara e seguire il sentiero che parte dalla statua della Meneghina e raggiungere il Mulino*



FAVER (Altavalle) - SEGNIZANO

Percorso ad anello tra le campagne

Dal centro di Faver si attraversa il paese seguendo le indicazioni del Sentiero Europeo E5 e imboccando l'antico sentiero della Corvaia che scende allo storico ponte di Cantilaga sull'Avisio, citato per la prima volta in un documento del 1472. Da qui si svolta a destra in direzione di Piazza: nei pressi del cimitero, una deviazione sulla sinistra permette di raggiungere il Castello di Segonzano. Si scende quindi alla bellissima frazione di Piazza. Merita una visita la chiesa dell'Immacolata, edificata nel 1500 in stile tardo gotico. Da Piazza si scende per la strada provinciale fino al "Ponte dell'Amicizia" sull'Avisio. Attraversato il ponte, si svolta subito a sinistra per strada secondaria che costeggia il torrente. Per strade di campagna, tra i vigneti, si risale a Faver.

- *Lunghezza: 7 km - Durata: 3 ore - Dislivello: 280 m*



CEMBRA LISIGNAGO

La preziosa torbiera del Lagabrun

La torbiera del Lagabrun costituisce uno tra i principali elementi di un sistema di zone umide che si trova sulla dorsale che divide la Val di Cembra dalla Val d'Adige. Il Biotopo del Lagabrun è particolarmente importante da un punto di vista scientifico e naturalistico per la fauna che lo abita. Qui vivono infatti numerose specie di invertebrati, tra cui alcune di esse sono molto rare in Italia. Una curiosità: a una specie di coleottero acquatico rinvenuto nella torbiera del Lagabrun è stato assegnato il nome scientifico di *Agabus lagabrunensis*, proprio per l'importanza del luogo in cui è stato ritrovato.

- *salendo verso il Lago Santo seguire le indicazioni per il Rifugio Sauch. Il biotopo del Lagabrun si trova poco distante dalla strada*



LONA LASES

Le curiose "Buse del Giaz"

La Val Fredda, a Lona Lases, è una valletta che deve il nome alla presenza nel suo fondovalle di molte "buche di ghiaccio" ("Buse del giaz") che creano un microclima freddo, molto simile a quello che possiamo trovare in alta montagna, anche in piena estate. Il fenomeno è causato da grandi circolazioni d'aria all'interno di un grosso ammasso di detriti (naturali) sui fianchi del monte. Attraverso questo movimento, l'aria si raffredda e fuoriesce alla base di buche grandi e piccole che al loro interno possono conservare il ghiaccio per tutto l'anno. Non a caso, fino al primo dopoguerra, le buse del giaz venivano utilizzate proprio come frigoriferi naturali.

- *dal paese di Lona, seguire la strada provinciale verso Lases e imboccare il sentiero nel bosco verso "Palù Redont" e "Val Fredda"*



ALBIANO

Il Lago di Santa Colomba

Questo affascinante specchio d'acqua circondato da abeti si trova ad una quota di 926 m, nel comune di Albiano. Si tratta di un biotopo di vitale importanza per la riproduzione di molte specie di rettili e anfibi: ogni anno, dai boschi circostanti, migliaia di rane e rospi si recano presso il lago per accoppiarsi e deporre le uova. Nelle sue acque vivono inoltre la trota, il luccio, la scardola, la tinca e la carpa. Nel lago crescono inoltre particolari piante come il giaggiolo giallo, una splendida iris dai grandi fiori, e il trifoglio fibrino, bellissima pianta acquatica dai fiori bianco-rosa.

- *dal paese di Albiano seguire il sentiero 473*



VALFLORIANA

Visita al betuleto, un ambiente unico

Sul territorio di Valfloriana possiamo visitare il regno di una pianta dal grandissimo fascino: la betulla. Coraggiose e pioniere, ma al contempo ricche di grazia e sensibili alla minima brezza, le betulle sono alberi leggendari, simbolo della vita che rinasce e della bellezza. La betulla è una pianta che si definisce pioniera, in quanto riesce a insediarsi per prima su terreni di recente formazione, come quelli derivati da frane o incendi o fenomeni più rari, ma presenti sul nostro territorio, come l'intorbamento degli specchi lacustri. La sua preziosa linfa viene utilizzata per scopi terapeutici nella medicina naturale, in particolare per le sue proprietà drenanti e purificanti.

- *dal Bait del Manz (oltre la frazione di Sicina) seguire il sentiero Marco Nones*



GRUMES - GRAUNO (Altavalle)

Il Sentiero dei vecchi mestieri

Il Rio dei Molini fra Grumes e Grauno presenta una concentrazione di almeno 20 macchine ad acqua fra molini, segherie e fucine, con quattro opifici restaurati. Il Sentiero dei Vecchi Mestieri collega questi fabbricati, portando al visitatore indimenticabili suggestioni di un paesaggio ambientale e storico unico. Il percorso si sviluppa trasversalmente alla Valle dell'Avisio ed è diviso in due parti: la prima parte, di rilevanza storico-etnografica, si situa lungo il rio fra Grumes e Grauno; la seconda parte, a prevalente interesse ambientale, parte dal nuovo ponte sull'Avisio e giunge fino all'abitato di Piscine.

- maggiori informazioni su www.outdooractive.com
"Escursione lungo il Sentiero dei Vecchi Mestieri - Da Grumes"



SEGONZANO

Le Piramidi di Segonzano

Le piramidi di terra di Segonzano sono un fenomeno geologico raro: spettacolari "sculture naturali" prodotte dal dilavamento dell'acqua piovana sugli antichi depositi di materiali abbandonati dai ghiacciai. Quando uno dei massi di porfido contenuti nei depositi viene portato alla luce a causa dell'erosione, è possibile che esso faccia da "tetto" al materiale sottostante proteggendolo dalla pioggia battente, dando quindi origine al tipo di piramide più singolare, quello con il "cappello". L'eventuale caduta del sasso condanna la piramide ad una veloce demolizione. Le Piramidi, localmente chiamate "Ömeni" sono quindi un fenomeno effimero.

- maggiori informazioni su www.outdooractive.com
"Sentiero delle Piramidi di Segonzano"



CAPRIANA

Il lariceto del Prà dal Manz

In località Prà dal Manz e Pradi, a monte dell'abitato di Capriana, si estende uno dei lariceti più belli d'Europa: larici secolari formano un bosco rado e ricco di luce. I larici sono alberi umili e generosi che con le loro chiome leggere lasciano crescere l'erba sotto di essi, consentendo il pascolo del bestiame. Dal Prà del Manz partono numerosi sentieri, più o meno impegnativi, che permettono di raggiungere alcuni luoghi di particolare interesse paesaggistico e ambientale, come il Lago Bianco, il Lago Nero e la cima del Monte Corno. Immerso nel lariceto si trova inoltre il "Giocabosco di Capriana", un gioco che ha il fine di educare i bambini e i ragazzi alla conoscenza del bosco e più in generale dell'ambiente naturale.

- da Capriana seguire le indicazioni stradali per la località Prà dal Manz oppure il "Sentiero botanico naturalistico"



CEMBRA LISIGNAGO

La chiesa di San Pietro a Cembra

Si tratta di un'antica chiesa di fondazione alto-medievale, situata a Cembra, che conserva al suo interno un ciclo affrescato della vita di Cristo (XVI sec.) e una splendida raffigurazione del Giudizio Universale (XVIII sec.), opera di Valentino Rovisi, appartenente alla scuola del Tiepolo. Presso il presbiterio, in corrispondenza dell'arco santo, sono visibili i resti di una rara cella memoriale, un'urna in pietra e muratura destinata a custodire le reliquie di Santi e benefattori. La chiesa è visitabile su prenotazione. Maggiori informazioni: A.p.T. Pinè Cembra, www.visitpynecembra.it

- la Chiesa di San Pietro si trova nel centro del paese, poco distante dalla chiesa parrocchiale



LONA LASES

La preziosa frazione di Piazzole

A Piazzole, splendida frazione di Lona Lases, dove convivono antiche case rurali con abitazioni ristrutturate con profonda attenzione all'architettura tradizionale, una curiosità ci racconta l'importanza del baco da seta per la Val di Cembra: la piccola chiesetta della frazione custodisce un collage floreale che abbellisce la pala d'altare e un mirabile quadro di San Giobbe, patrono della località e Santo protettore dei bachi da seta, festeggiato ogni anno a maggio con la tradizionale sagra. La coltivazione del gelso, albero fondamentale per l'allevamento del baco da seta, che si nutre esclusivamente delle sue foglie, era molto diffusa in Val di Cembra fino alla metà del XX secolo.

- *Piazzole si può raggiungere in macchina o su sentiero partendo da Lona o da Sevignano*



VALDA (Altavalle)

La torbiera del Lago di Valda

Partendo dalla frazione di Ponciach possiamo compiere un giro ad anello attorno alla montagna di Faver vedendone i due volti: uno rivolto verso la Valle di Cembra, l'altro verso la Valle dell'Adige. Lungo il percorso si incontrano numerose baite, un tempo ricovero per persone e animali nel tempo della fienagione. Il percorso ci porta alla torbiera del Lago di Valda (Riserva Provinciale Prati di Monte), una delle aree protette più importanti e suggestive della Rete di Riserve. Un ambiente estremamente interessante, vasto e fondamentale habitat di vita e di riproduzione di una preziosa fauna acquatica. Il percorso di rientro ci regala panorami ampi e inaspettati sulla Valle dell'Adige.

- *maggiori informazioni su www.outdooractive.com "Escursione al Lago di Valda da Ponciach":*



ALBIANO

Il Museo Casa Porfido

Visitare Casa Porfido significa immergersi in una dimensione profonda di storia e tradizione nell'universo del porfido trentino che decora case, ricopre strade e piazze di tutto il mondo: da Bolzano a Palermo, da New York a Sydney, da Tunisi a Francoforte, dagli Emirati Arabi al Giappone. Casa Porfido porta i visitatori a conoscere le origini del porfido e del popolo che con sudore e passione lo ha trasformato in una tradizione centenaria tramandata di padre in figlio.

- *maggiori informazioni: www.casaporfido.it*



VALFLORIANA

Un municipio un po' particolare...

Lo sapevate che il palazzo del municipio di Valfloriana fino alla metà del secolo scorso era una chiesa? Più precisamente, una chiesa romanica, che subì ingenti danni a causa di un incendio che distrusse quasi del tutto anche il paese di Casatta e creò l'occasione per costruire la casa comunale sull'edificio di culto preesistente. Il municipio di Valfloriana, quindi, da un punto di vista architettonico, ha un aspetto singolare, poiché comprende tra le proprie mura il campanile e l'abside della chiesa romanica. Al suo interno, al piano terra, si possono ammirare affreschi del 1400 di scuola germanica

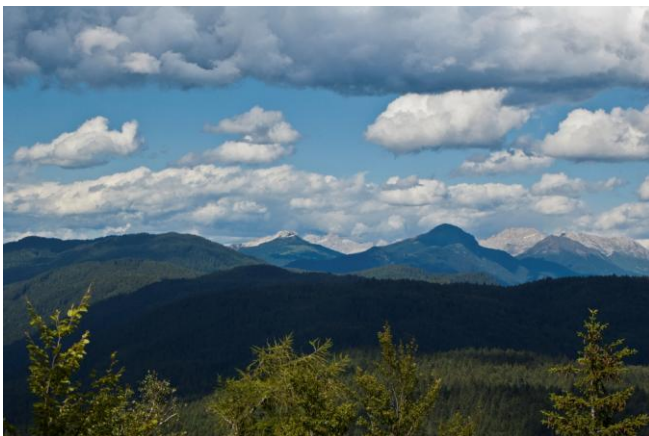


FAVER (Altavalle)

Il Monte Castion

L'itinerario che porta alla Cima del Monte Castion (1.528 m) parte dalla frazione di Ponciach e sale sulla montagna di Faver, tra boschi e baite circondate da fazzoletti di prato. Dalla cima possiamo ammirare uno splendido panorama a 360 gradi: la Valle dell'Adige da Trento a Bolzano, le cime del Brenta e la Paganella, il Bondone e il gruppo montuoso del Lagorai fino alle Dolomiti con le Pale di San Martino. Troveremo anche un piccolo altare con una campanella. Chi sale in cima è invitato a suonarla prima di godersi il silenzio e il panorama. Particolarmente suggestiva è l'ora del tramonto quando il sole tramonta dietro le cime del Brenta.

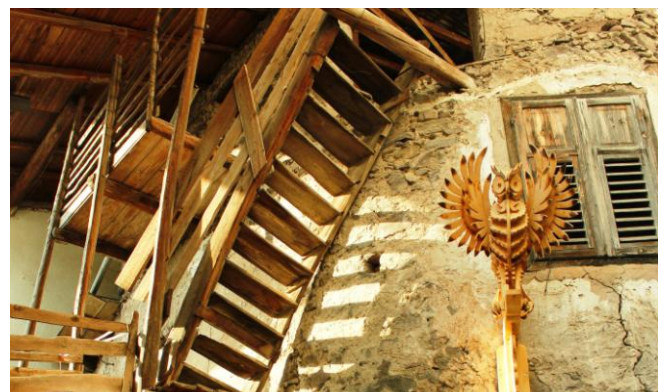
- maggiori informazioni su www.outdooractive.com
"Salita a Cima Castion"



SEVIGNANO (Segonzano)

El Paes dei Beghei

"Beghel" (ovvero "gufo" o "alocco") è il soprannome degli abitanti del paese di Sevignano, orgogliosa frazione di Segonzano (comune al quale è stata aggregata solo nel 1928). Perché questo soprannome? Il motivo di questo soprannome non è chiaro, ma una delle interpretazioni racconta che in passato i ragazzi di Sevignano erano soliti aiutare, per pochi spiccioli, i viandanti e i commercianti che, attraversando la Val di Cembra per raggiungere l'Altopiano di Pinè, si attardavano nel cammino venendo sorpresi dalla notte. I giovani di Sevignano li scortavano con sicurezza sui sentieri del "Ceramont", che conoscevano così bene da poterli percorrere anche in una notte senza luna. Proprio in onore del Beghel, ogni anno a metà giugno si festeggia il Simposio del Beghel: tre giorni di arte, musica, natura, enogastronomia, giochi e laboratori per bambini tra le piazzette, i vicoli e i portici di Sevignano.

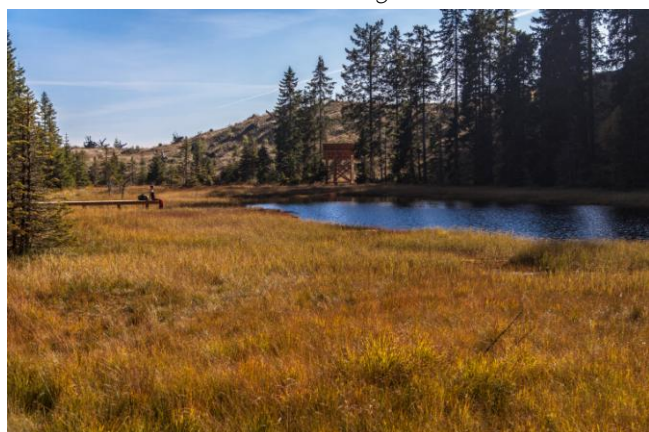


CAPRIANA

Il Lago Nero di Capriana

Questa escursione ci porta sul Monte Corno, tra boschi magnifici e antichi laghi. L'itinerario sale dal Prà del Manz, uno dei più bei pascoli a larice del Trentino, fino al Lago Nero, un antico lago di origine glaciale dove, per un processo naturale, si sono accumulati spessi strati di torba prodotta dalle piante acquatiche nel corso dei millenni. È inserito in un contesto ambientale e forestale di grande valore ed è un biotopo di vitale importanza per la riproduzione di molte specie di anfibi e rettili. La torbiera è per gran parte della sua superficie occupata da vegetazione palustre e caratterizzata dalla presenza di un piccolo specchio d'acqua. Per poterlo osservare al meglio, la Rete di Riserve ha creato un piccolo percorso di visita con passerelle in legno.

- maggiori informazioni su www.outdooractive.com
"Escursione alla torbiera del Lago Nero"



CEMBRA LISIGNAGO

Il Lago Santo di Cembra

Il Lago Santo è uno splendido lago di origine glaciale situato a 1200 m a pochi chilometri dal paese di Cembra, in uno scenario dominato dai boschi misti di abete, betulla e faggio, che ricorda molto i paesaggi nordici. Il suo nome è legato a una suggestiva leggenda: si narra che un tempo, dove ora si trova il lago, ci fosse un terreno oggetto di feroci liti tra gli eredi, tanto che uno di loro, esasperato, auspicò che diventasse un lago. Da quel momento l'acqua cominciò a salire, minacciando l'abitato sottostante di Cembra. Gli abitanti del paese, preoccupati per il pericolo imminente, si recarono in pellegrinaggio al terreno e quando il parroco vi gettò l'anello della Madonna, l'acqua si placò. Da allora il luogo prese il nome di Lago Santo.

- Il Lago Santo si può raggiungere in macchina dal paese di Cembra oppure a piedi seguendo il sentiero 410 E5



LONA LASES

La centrale di Pozzolago

La centrale idroelettrica di Pozzolago, nel comune di Lona Lases, è un piccolo gioiello di architettura industriale, tutt'oggi funzionante, posto a pochi metri dal torrente Avisio. Un'opera mirabile, realizzata negli anni '20 del 1900, che utilizza le acque accumulate nel bacino del Lago delle Piazze, nel quale sono fatte confluire anche le acque derivate dai rii Brusago, Regnana e Roggia. Oggi le turbine originali con le relative apparecchiature di controllo sono parte museale della centrale, ancora produttiva, con una turbina di recente realizzazione. La centrale è visitabile in occasione di eventi organizzati, con la presenza di personale della Dolomiti Edison Energy, che attualmente gestisce l'impianto.

- *da Cembra/da Piazzole, seguire il sentiero E 463 che scende verso il torrente Avisio*



ALBIANO

Il "Sinter per le cave"

Il "Sinter per le cave" è un sentiero tematico, con pannelli illustrativi, che dal Museo Casa Porfido di Albiano porta alla mensa dei cavatori, dalla quale è ben visibile il grande fronte di cava del Monte Gaggio. L'itinerario ricalca in parte i vecchi sentieri utilizzati dai cavatori per raggiungere i luoghi di lavoro e permette di scoprire, oltre alla geologia e alle tecniche estrattive del porfido, anche altri aspetti del territorio di Albiano, come la castanicoltura, l'ambiente naturale e le tradizioni locali. Lungo il sentiero si trova un bel castagneto dove tra le giovani piante si trovano delle statue di porfido che rappresentano le fasi di raccolta delle castagne.



GRUMES (Altavalle)

Il Rifugio alpino Potzmauer

Il Rifugio Alpino Potzmauer (m. 1300), immerso in una conca di prati circondata da boschi di abete, offre un'accoglienza genuina e familiare e gustosi piatti della cucina locale. Si raggiunge in circa 1 ora di cammino da Grumes (Masi Alti) attraverso boschi di abete bianco, peccio e pino silvestre. Il rifugio era un tempo una malga poi abbandonata con la scomparsa dell'allevamento in valle. È stato acquistato e ristrutturato dal Comune di Grumes che ne ha poi affidato la gestione a Roberto Leonardi. Il rifugio è punto di sosta sia per mangiare che per pernottare e anche punto intermedio per escursioni più lunghe verso altri luoghi interessanti come le torbiere del Lac del Vedes o del Lago di Valda oppure verso il Lago Santo.

- *maggiori informazioni su www.rifugiopotzmauer.it*



CAPRIANA

L'itinerario "Masi comunicanti"

Un percorso ad anello alla scoperta degli antichi masi di Capriana, testimoni di un'intensa vita contadina. Il percorso segue gli antichi tracciati che mettevano in comunicazione il Maso Lio, il Maso Ponte e Maso Rover. Un tratto di percorso panoramico e suggestivo lambisce il torrente Avisio fino a raggiungere Maso Ponte di cui rimangono ormai solo i ruderi e che si trovava in prossimità di un antico attraversamento che collegava Capriana con Valfloriana e che fu spazzato via durante l'alluvione del 1966. Al Maso Rover, bellissima frazione del Comune di Capriana, altre testimonianze ci ricordano la storia di questo luogo: la chiesetta costruita dagli operai che lavoravano alla diga di Stramentizzo e le case abbandonate in seguito all'alluvione del 1966.

- *info su www.outdooractive.com "Masi comunicanti"*



CEMBRA LISIGNAGO

Il Piz de le Agole

Il Piz de le Agole (1092 metri d'altezza), nel Comune di Cembra Lisignago è un eccezionale punto panoramico che ci offre una splendida vista sulla valle di Cembra, il lago di Lases, l'altopiano di Piné e le vette circostanti, le cime della Vigolana e del Bondone e in lontananza parte della Val di Fiemme. Sulla cima saremo accolti da una maestosa croce lignea, il "Cristo della Speranza", opera di uno scultore originario del paese di Lisignago, Silvano Ferretti. Il Piz de le Agole è raggiungibile a piedi in circa 50 minuti partendo dal parcheggio presso il rifugio SAT Maderlina, mentre dal paese di Lisignago ci vuole un'ora e mezza circa.

- maggiori informazioni su www.outdooractive.com "Sentiero Maderlina"



LONA LASES

Il Lago di Lases, un lago cristallino

Il Lago di Lases, nel comune di Lona Lases, è un piccolo lago alpino originato da uno sbarramento morenico. Non è solamente uno specchio d'acqua particolarmente suggestivo ma anche un sito tutelato come biotopo provinciale per l'unicità dell'habitat che si è creato lungo le sue sponde, ricco di fitti canneti che sono rifugio e luogo di riproduzione per numerose specie animali. Un aspetto particolarmente affascinante del Lago di Lases è il colore cristallino e la trasparenza delle sue acque che invitano all'osservazione dei fondali. Le sue spiagge a prato sono ideali per coloro che non amano l'affollamento e le sue acque, molto pescose, sono particolarmente apprezzate dei pescatori, che qui possono trovare in abbondanza coregoni, lucci, persici.

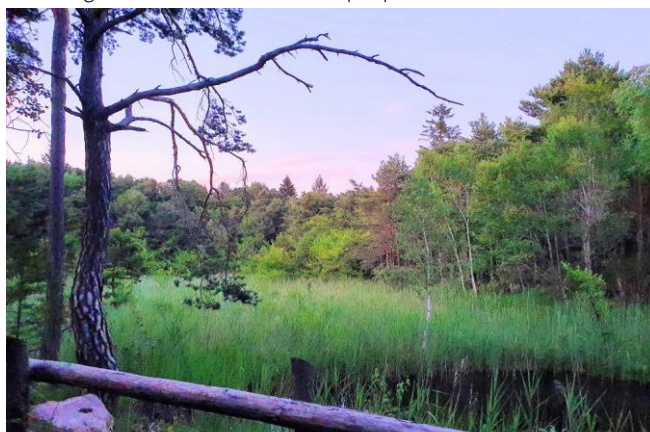


ALBIANO

Il biotopo del Monte Barco

Il biotopo del Monte Barco di Albiano si trova nella parte più settentrionale dell'altipiano del Monte Calisio (Argentario), una zona caratterizzata da piccoli rilievi intercalati da ampie conche. Questa dolce morfologia ondulata, che deve la sua origine all'azione di scavo e levigazione operata dagli antichi ghiacciai, ha permesso la formazione di ben 21 zone umide distribuite all'interno del biotopo. Ciascuna di queste zone umide, in virtù delle proprie caratteristiche fisiche, ospita una flora ed una vegetazione particolari, spesso comprendenti specie rare o rarissime. Questo è proprio il caso del Monte Barco, un biotopo che vanta una straordinaria variabilità ambientale ed una notevole ricchezza di specie animali, in particolare Anfibi, Rettili e Uccelli.

- il sentiero che porta al biotopo parte dalla zona artigianale di estrazione del porfido (cave)



VALFLORIANA

Il paese fantasma di Ischiazza

Il paese di Ischiazza sorgeva lungo l'Avisio ai margini di un'ampia golena coltivata. Nel 1966 contava 44 abitanti. Il 4 novembre del 1966 una massa di acqua e fango si impossessò di Ischiazza, condannando alla scomparsa questa piccola frazione. Oggi restano solo pochi ruderi - la chiesetta e alcune grandi case rurali diroccate - a vegliare questi luoghi silenziosi, avvolti dal fascino di un mondo scomparso all'improvviso. Poco prima di arrivare alla frazione, sulla sinistra a lato della strada si può scorgere il rudere di una insolita costruzione: era un forno che serviva a essiccare il mais.

- come arrivare: si parcheggia alla Pizzeria "4 venti" in località Pradèl e si prende la bella mulattiera selciata che scende fino a Ischiazza



VALDA (Altavalle)

Le Bornie, un luogo sospeso nel tempo

La località Le Bornie, sul territorio di Valda (Altavalle), è un piccolo gioiello che merita di essere conosciuto. Un grumo di case che con i loro ballatoi lignei ci ricordano l'architettura rurale trentina di un tempo, una piccola chiesetta (la cappella di Santa Teresa, costruita nel 1932), una vecchia fontana e prati soleggiati dove fino agli anni '60 gli abitanti di Valda portavano le vacche al pascolo durante la bella stagione. Oggi alle Bornie troviamo un piccolo agriturismo, il Maso Bornie, che offre ospitalità a chi sa apprezzare un luogo fuori dal tempo e dalla frenesia. È possibile raggiungere la frazione Le Bornie a piedi seguendo il percorso che da Valda sale sulla montagna fino a raggiungere la torbiera d'alta quota del Lago di Valda - Prati di Monte.

- maggiori informazioni su www.outdooractive.com "Escursione al Lago di Valda da Valda"



PIAZZO (Segonzano)

Il palazzo dei Baroni a Prato

A Segonzano, nella frazione di Piazza, si trova uno tra gli edifici più interessanti della Valle di Cembra, il palazzo appartenente alla famiglia baronale a Prato. Gli a Prato, originari dalla Lombardia, si distinsero in Trentino già nel Quattrocento per le loro attività imprenditoriali e commerciali che li portarono a formare un importante patrimonio terriero. Giovanni Battista, capitano militare, nel 1535 acquistò il Castello di Segonzano. Il titolo di baroni venne acquisito dalla famiglia nel 1637. Nell'autunno del 1882, in occasione della catastrofica alluvione che devastò il Trentino, il Rio Regnana esondato scalzò il fianco della scarpata sotto il paese, provocando una frana che portò via una parte consistente del vecchio palazzo oltre a diverse case e mulini circostanti. Il palazzo oggi ospita la cantina vinicola Barone a Prato e la sua spaziosa corte è utilizzata per eventi culturali e privati.



CAPRIANA

La Malga Monte Corno

La splendida Malga Monte Corno si raggiunge con una camminata di circa 2 ore da Capriana. La malga si trova a quota 1.715 m e vi sorprenderà con un panorama vastissimo sui monti della Valle di Fiemme, dal Corno Bianco e Corno Nero, fino alle Pale di San Martino e alla Catena del Lagorai.

Seduti sull'ampia terrazza della Malga Monte Corno potrete gustare tipici altoatesini e deliziosi dolci. Nel periodo estivo, è anche possibile pernottare (la malga dispone di una camerata a nove posti).

- maggiori informazioni su www.outdooractive.com "Trekking al rifugio Malga Corno"



CEMBRA LISIGNAGO

La chiesetta di San Leonardo

Su un'altura rocciosa che domina l'Avisio, nei pressi di Lisignago, si erge l'isolata e incantevole chiesa di S. Leonardo, ricostruita in stile gotico nel Quattrocento ma di origine più antica: secondo la leggenda, sotto il suo pavimento si troverebbe un sotterraneo, residuo di un antico castello. Al suo interno si ammirano straordinari affreschi della seconda metà del Quattrocento mentre nel campanile è custodita una delle più antiche campane dell'intera vallata. La chiesetta è visitabile su prenotazione (tel. 0461 683063 Comune di Cembra Lisignago)

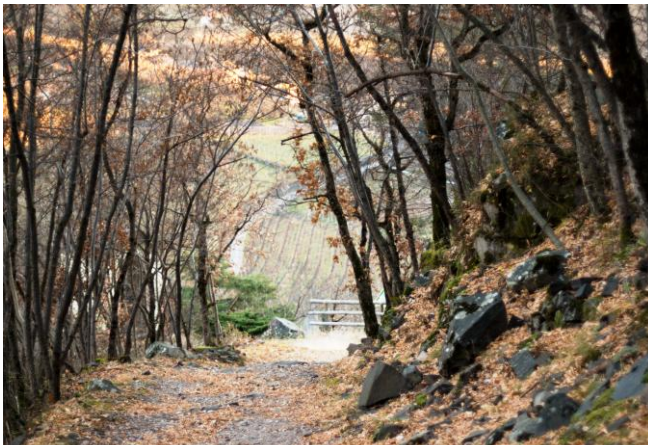
- *parcheggiare alla chiesa parrocchiale di Lisignago e seguire le indicazioni per la chiesetta di San Leonardo*



FAVER (Altavalle)

Il sentiero storico della Corvaia

La "Corvaia" è una mulattiera che da Faver, attraverso le campagne, raggiunge il Ponte di Cantilaga sull'Avisio. Antichissima e importante via di comunicazione fra le due sponde della Valle di Cembra, costituisce un tratto importante del sentiero che il pittore Albrecht Dürer, come altri viandanti, percorse nel suo viaggio verso Venezia evitando le estese paludi che occupavano il fondovalle atesino a causa delle piene dell'Adige. Il termine "Corvaia" deriva dal fatto che la mulattiera per secoli fu percorsa dagli abitanti di Faver che erano obbligati a svolgere giornate di lavoro gratuite (*corvée*) a favore dei signori del Castello di Segonzano. Lungo la Corvaia si incontra un capitello che, secondo la leggenda, era il luogo de l'Om Selvàdech", una specie di gnomo che usciva dalla boscaglia e si divertiva a spaventare le donne di passaggio, inseguendole con urla e schiamazzi.



LONA LASES

I Casteleri di Lona

I Casteleri, che si trovano tra i paesi di Lona e di Lases, sono due dossi di formazione porfirica, denominati Casteler alt e Casteler bas. Sono separati da una profonda depressione tenuta a prato, chiamata localmente *Camp dal fer*, dove in passato è stata rinvenuta una tomba romana. Dalla loro cima si gode un ampio paesaggio sulla media Val di Cembra, ma i Casteleri sono importanti soprattutto da un punto di vista storico-archeologico: qui si trovano infatti delle depressioni rettangolari nel terreno che appartengono alle fondazioni di casette seminterrate di un abitato protostorico. Tra il 1960 e il 1970, Giuseppe Šebesta, fondatore del Museo degli Usi e costumi della Gente trentina, ha recuperato qui materiali ceramici e metallici della seconda Età del Ferro (500-100 anni a.C.).



ALBIANO

Le suggestive frazioni di Barco

Partendo dalla chiesetta ed eremo di S. Antonio (sec. XVII), scendiamo su strada acciottolata nelle campagne che sovrastano gli antichi abitati di Barco. Superata la cascata del "Rio dei gamberi" si giunge all'antica casa dal cui stretto portico un tempo ci si immetteva nella piazzetta di Barco di sopra, incorniciata da vecchi edifici di porfido e legno. Di questi purtroppo restano solo i fabbricati posti a sud, essendo gli altri stati distrutti da furiosi incendi negli anni '60 e '70. Un po' più a valle si incontrano le vecchie scuole che hanno ospitato anche 50 alunni e la piccola splendida chiesetta dedicata a S. Romedio (sec. XVIII). Proseguendo in discesa tra i vigneti si giunge a Barco di sotto, piccolo e grazioso abitato anch'esso devastato da un grande incendio causato da un fulmine negli anni '50 del secolo scorso. Ricostruito interamente, ma poi spopolato, negli ultimi anni è diventato vivace residenza di qualche decina di persone.



VALDA (Altavalle)

Il lariceto di Valda

Tra la frazione Bornie e la località Noval, si trova lo splendido lariceto dei Piani. Si tratta di un "pascolo alberato a larice", un ambiente di grande valore paesaggistico e di notevole importanza ecologica. Un ambiente tradizionalmente plasmato dall'uomo: su questi prati-pascoli, importantissimi per l'allevamento dei bovini, venivano lasciati crescere i larici, che con le loro chiome leggere non ostacolano lo sviluppo dell'erba. Era così possibile conciliare l'allevamento con la produzione di legname pregiato. Qui molti alberi presentano alla base i fori per l'estrazione della resina, detta "largà", un tempo utilizzato come prodotto medicamentoso che non poteva mancare in nessuna casa e come preziosa base per l'ottenimento di vernici naturali utilizzate anche per i famosi violini "Stradivari".

- maggiori informazioni su www.outdooractive.com
"Escursione al Lago di Valda da Valda"



GAGGIO (Segonzano)

Il piccolo e soleggiato borgo di Gaggio

Gaggio è una piccola frazione di Segonzano, posta in posizione aperta e soleggiata: un grumo di case raccolte lungo la strada di accesso e nella piazzetta interna, cuore del paesino. Poco meno di 50 abitanti danno vita a questo paesino, che è uno dei luoghi più affascinanti della valle, sia per la sua posizione privilegiata, sia per i tanti scorci suggestivi che ci regala passeggiando tra strette viuzze e antiche case rurali. Se passiamo da qui, non possiamo non fermarci a conoscere l'azienda agricola Mirtilla, biologica da vent'anni, che coltiva circa un ettaro di piccoli appezzamenti terrazzati che circondano il maso. Attorno al paese di Gaggio troviamo inoltre degli splendidi gelsi, testimoni dell'allevamento del baco da seta, importantissimo nell'economia contadina della valle fino alla metà del secolo scorso.



DA CEMBRA A CAPRIANA

Il Sentiero botanico naturalistico

Il Sentiero botanico-naturalistico sul Dossone di Cembra consente di percorrere e conoscere, grazie a numerose tabelle illustrative, luoghi, natura e ambiente dell'Alta Valle di Cembra. Si snoda su strade forestali e antiche mulattiere per circa 28 km di lunghezza complessiva, dal Lago Santo di Cembra fino al Prà dal Manz, nel comune di Capriana, passando per Ponciach (Faver), Le Bornie (Valda), i Masi di Grumes, l'area del Pian da L'Ost Grant con il sentiero sensoriale di Grumes e l'abitato di Grauno. Un percorso per chi ama i cammini di lunga percorrenza e che offre una grande varietà di paesaggi e ambienti affascinanti. La Comunità della Valle di Cembra ha pubblicato un'interessante guida a cura di Mirko Amoroso e Roberta Gottardi, che illustra approfonditamente il percorso.



IL SENTIERO DEL DÜRER

Dal Klösterle di San Floriano alle Piramidi di Segonzano

Il Sentiero del Dürer ci porta sui passi del celebre pittore del Rinascimento tedesco Albrecht Dürer (Norimberga 1471 - 1528) e lungo i sentieri che egli percorse quando, nel 1494 durante il suo celebre viaggio in Italia, attraversò la Val di Cembra per recarsi a Venezia, in seguito a una delle frequenti alluvioni che aveva reso la Valle dell'Adige impraticabile. A testimonianza del passaggio di questo grande artista per la Valle di Cembra, rimangono alcuni celebri acquerelli che ritraggono, tra gli altri, il castello di Segonzano e i Welsch Pìrg (monti italiani). Il percorso dai Pochi di Salorno alle Piramidi di Segonzano ha una lunghezza di 20 km e tocca il passo del Sauch, il Lago Santo di Cembra, gli abitati di Cembra e Faver e il Castello di Segonzano.

- maggiori informazioni: www.durerweg.it

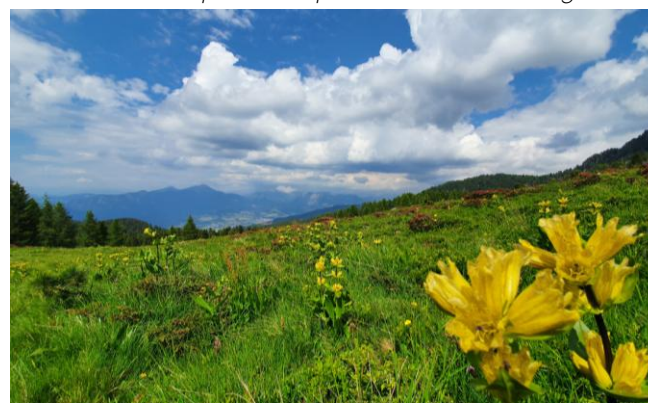


VALFLORIANA

La Malga Sass e il Pradi de la Fior

Questo itinerario ci porta alla Malga Sass, la malga più alta del nostro territorio. Aperta da giugno a settembre/ottobre, si trova in una splendida posizione, circondata da boschi di abete rosso, larici e verdi prati. Offre una cucina semplice con prodotti locali, la possibilità di pernottamento e di acquisto di formaggi (contatti: 340 7229496). Per raggiungerla, dobbiamo arrivare a Casatta, prendere la strada che sale fino al Bait dal Manz (m 1296), dove parcheggiamo. Da qui seguiamo a piedi seguendo la strada che in circa 2 ore di cammino (600 m di dislivello) ci porta alla Malga. Vi consigliamo poi di proseguire seguendo la strada forestale che in circa 30 minuti porta a Pradi de la Fior (2.015 m), un balcone con vista sulla Val di Fiemme, fatto di splendidi pascoli costellati da migliaia di fiori.

- maggiori informazioni su www.outdooractive.com
"Inatteso e sorprendente panorama vicino a Malga Sass"



GRUMES (Altavalle)

Il Giro dei Masi di Grumes

Una semplice e rilassante passeggiata ad anello sale dal paese di Grumes e attraversa gli antichi masi di origine tedesca tra prati, coltivi e ampi scorci panoramici. Nomi e toponimi dei luoghi riconducono la fondazione dei Masi alle immigrazioni tedesche che coinvolsero il Trentino tra l'XI e il XVI secolo, incentivate dai Signori tirolesi di Koenigsberg e dal Principe vescovo di Trento per incrementare le decime e presidiare un'importante via di collegamento tra Tirolo e Valle dell'Adige. Per circa quattro secoli dal loro arrivo, i contadini tedeschi della zona dei Masi di Grumes mantennero la propria lingua e le proprie usanze. Il sentiero collega ad anello i masi Greggion, Ferrai, Pojeri, Todescat, Giovanni, Gaiardi, Noldi, Orion e Pinteri, posti in un anfiteatro di boschi e prati.

- maggiori informazioni su www.outdooractive.com "Giro dei Masi di Grumes" e su www.vivigrumes.it



VALFLORIANA

La Cava de le Bore

A Valfloriana il legame con il bosco è da sempre particolarmente profondo. Oltre ai maestosi boschi che qui disegnano il paesaggio, ce lo dimostra un'importante testimonianza storica: la Cava de le Bore. Si tratta di un antico manufatto in sasso, un canalone pendente lastricato in pietra, che i boscaioli utilizzavano per portare a valle il legname tagliato nei boschi in quota. Un lavoro particolarmente pericoloso, come ci dimostrano i numerosi "ex voto" per grazia ricevuta custoditi presso la Magnifica Comunità di Fiemme. La 'Cava' di Valfloriana fu distrutta dall'alluvione del 1966 ma grazie a un importante lavoro di recupero dell'amministrazione comunale possiamo ancora oggi ammirare questa preziosa opera dell'ingegno montano.

- dal Bait del Manz (oltre la frazione di Sicina) seguire il sentiero Marco Nones



LONA LASES

Il Maso di Sottolona

Sottolona, piccola e suggestiva frazione di Lona Lases, è descritta già nel 1429 nell'Estimo di Lona come un *maso con torchio, con vigne con grezivi e boschi*. Il ponte che un tempo la collegava al paese di Cembra visse nei secoli numerose vicissitudini: venne tagliato durante le invasioni francesi del 1796-1797, ricostruito, infine sistemato nel 1964 con putrelle di acciaio e tavole di larice che però non resistettero all'alluvione del '66. Un capitello, benedetto nel 1856, resta ancora oggi a presidiare la frazione silenziosa. Fu costruito dalle sei famiglie che abitavano a Sottolona, con l'impegno di prendersene cura a turno per un anno. Il Maso di Sottolona oggi è in gran parte abbandonato. Laggiù, rimangono i campi ancora coltivati con cura, i vigneti lavorati con passione, il torchio ancora oleato e la cappelletta che viene mantenuta in ordine e adornata di fiori.



PRÀ (Segonzano)

Prà, frazione in riva all'Avisio

Poco oltre lo storico Ponte di Cantilaga, si trova il paese di Prà, piccola frazione di Segonzano. Un luogo dal grande fascino dato proprio dalla sua posizione ardita, a pochi passi dal torrente Avisio. È composta da una manciata di case disposte su un lungo terrazzo fluviale che costeggia l'Avisio. Quest'area pianeggiante oggi è quasi totalmente occupata da vigneti che concorrono alla produzione di pregiati vini. Qui, fino al secolo scorso, l'acqua del torrente azionava le ruote idrauliche di una segheria e di due mulini, dei quali oggi restano i muri e il tetto. La chiesetta all'ingresso del paese, edificata all'inizio del 1900, è dedicata a Maria santissima Regina del Rosario. Camminando lungo le strade di campagna che costeggiano l'Avisio, si raggiunge una stretta forra con alte pareti verticali di porfido rosseggiante su cui è stata attrezzata una palestra di arrampicata.



GRUMES (Altavalle)

Dal Bosco a Casa

"Dal Bosco a Casa" è un itinerario tematico dedicato al bosco: una passeggiata alla scoperta del mondo del legno, tra passato e presente, antichi usi e nuove tecnologie. Camminando lungo i sentieri attorno a Grumes, grazie a tabelle illustrative e informative potremo approfondire il rapporto che da millenni lega l'uomo all'ecosistema del bosco, inteso come ambiente con cui confrontarsi ma anche come risorsa economica preziosa in particolare per le popolazioni delle Alpi. Lungo il percorso incontreremo un'antica segheria veneziana ad acqua, il castagneto storico e le moderne segherie e falegnamerie di Grumes. L'itinerario si conclude al Green Grill - Info e Sapori, una struttura costruita interamente con legno locale.

- maggiori informazioni su www.outdooractive.com "Percorso tematico Dal Bosco a Casa"



IL TREKKING DEGLI ANTICHI LAGHI

3 giorni di cammino in Alta Val di Cembra

Il "Trekking degli antichi laghi" è un percorso ad anello tra i boschi e le preziose riserve dell'Alta Val di Cembra e del Parco del Monte Corno, che ci porta a camminare in un ambiente ancora integro tra angoli di rara biodiversità. 3 tappe, per una lunghezza complessiva di 44 km, che toccano numerose torbiere d'alta quota, antichi laghi in continua evoluzione. Il percorso parte dai Pochi di Salorno, ci porta al Rifugio Sauch, alla riserva del Lagabrun, al Lago Santo e al Lago di Valda per terminare la prima tappa al Rifugio Potzmauer. Il secondo giorno, il cammino ci conduce alla torbiera del Lac del Vedes, al Lago Bianco e al Lago Nero nel Parco del Monte Corno, fino alla Malga del Monte Corno, dove ci fermiamo per la notte. L'ultima tappa ci riporta a Salorno attraversando Cauria e Laghetti di Egna.

- maggiori informazioni: www.reteriservevaldicembra.tn.it



VALFLORIANA

Il Giro delle frazioni

Valfloriana, la "Valle dei Fiori", deve il suo nome al patrono San Floriano, anche se la leggenda narra del sacrificio degli abitanti che, per salvare la loro Regina, "Madonna bellissima e giustissima" dal maleficio di una strega, accettarono di essere trasformati in fiori di ogni specie e colore. Valfloriana è un comune sparso, abitato da poco meno di 500 persone e composto da tredici frazioni: Barcatta, Casanova, Casatta (sede comunale), Dorà, Montalbiano, Palù, Pozza, Pradel, Sicina, Valle e Villaggio, e infine, Maso e Ischiazza, distrutte dall'alluvione del 1966. Vi consigliamo un percorso ad anello che, partendo da Casatta, tocca le frazioni di Barcatta, Palù, Dorà, Casanova e Villaggio.

- la descrizione completa è disponibile su www.outdooractive.com e a questo link: www.t.ly/ptTb



GRAUNO (Altavalle)

Una preziosa testimonianza di architettura rurale

Grauno è la più piccola delle quattro frazioni del comune di Altavalle. Sorge sulla sponda orografica destra del torrente Avisio e si trova ad un'altitudine di 968 metri. È il più alto paese della Valle di Cembra, sul confine della Valle di Fiemme. Grauno è uno dei paesi cembrani che meglio conserva la tradizionale struttura architettonica, con le case addossate le une alle altre, strette e ripide vie e numerosi portici. Colpiscono anche i caratteristici terrazzamenti, un tempo coltivati e ora in gran parte abbandonati, che dalla parte bassa del paese digradano verso l'Avisio. Vi consigliamo di passeggiare per Grauno perdendovi tra le affascinanti vie del paese, le ripide "frone" che si aprono in piccole piazze con antiche fontane.



GRESTA (Segonzano)

La frazione di Gresta

La frazione di Gresta di Segonzano è formata da due nuclei di case: Loreto (o Gresta alta), dove il versante inizia a protendersi nel caratteristico Dos e Gresta de la dentro (Gresta bassa), poco più in basso. Il nome dell'abitato deriva proprio dalla topografia del luogo: una sorta di "cresta" che dal fianco della montagna si allunga verso il Dos, disegnando così due evidenti pendici. A monte si alzano invece ripidi versanti boscosi. Fino alla metà del '900 un'ardita teleferica scavalcava la gola dell'Avisio consentendo alle persone di raggiungere rapidamente Grumes, sulla sponda opposta della valle. Presso Gresta sono ancora presenti alcuni tra i più maestosi castagni di Segonzano che oggi, dopo anni di abbandono, sono fortunatamente protagonisti di un rinnovato interesse e recupero.



ALBIANO

Il biotopo Le Grave e i bonsai naturali

Non lontano dal lago di Santa Colomba, si trova la piccola area protetta denominata "Le Grave", tutelata in qualità di biotopo di interesse provinciale dal 1988. Si tratta di una zona dove è presente il curioso accostamento tra la piccola torbiera "le lore" (in dialetto trentino "lora" significa "imbuto"), che ospita rare specie vegetali e animali e il sovrastante dosso "le grave" ("grava" è il termine dialettale con il quale è chiamata una distesa di sassi), ricoperto da sorprendenti "bonsai" naturali. Il particolare nome di quest'ultima elevazione è legato al fatto che essa risulta ricoperta da uno spesso strato di detriti minerari portati alla luce e abbandonati dagli antichi metallieri e, in epoca molto più recente, dalle miniere di barite attive fino ai primissimi anni Sessanta del secolo scorso.

